



Enseñar al niño a ir al baño

Para muchos padres, una de las cosas más frustrantes que le enseñarán a su hijo es cómo usar el inodoro. Los consejos de amigos y familiares podrán incluir comentarios como los siguientes: “Comiencen a enseñarle a ir al baño apenas comience a caminar” y “Quítenle los pañales a ese chico lo antes posible”. Mientras tanto, el consejo de los expertos será: “Vayan despacio. Esperen hasta que el niño esté listo”. Mientras tanto, los padres se preguntan: “¿Cómo sabré cuando esté listo?” o “Mi hija es muy inteligente, ¿entonces no aprenderá rápidamente a usar el baño?”

Los niños pueden aprender a ir al baño en forma independiente de diversas maneras...

- A medida que el niño muestre interés, permítale vestirse y desvestirse solo.
- Use palabras para identificar las funciones corporales. (Use palabras con las que usted se siente cómodo. Pero evite palabras que impliquen que las necesidades son algo malo.) Use palabras para describir lo que usted ve que su hijo hace. Por ejemplo, cuando tome la parte delantera de su pañal, dígame: “Parece que vas a hacer pipí”. O cuando se esconde detrás del sillón y hace ruidos, dígame: “Parece que estás haciendo popó”. Nota: no le pregunte al niño si está haciendo pipí o popó. Lo más probable es que ellos le contesten “¡NO!”
- Consiga un adaptador infantil para el asiento del inodoro.

Cuéntele a su hijo para qué se usa. Permita que su hijo se siente con la ropa puesta.

- Lea libros infantiles sobre el uso del inodoro, si el niño lo escucha. Si no lo escucha, esa es una clara señal que todavía no está interesado en el tema.
- Cuando le cambie el pañal, dígame: “Algún día tú irás al baño como mamá”.
- Aliente a su hijo a recoger los juguetes y colocarlos en el lugar correcto. Esto promueve el concepto que existe un lugar para todo.
- Permita que su hijo lo vea mientras usted usa el inodoro, y mientras se lava las manos luego de hacerlo.

Las señales que indican que está listo para aprender a usar el inodoro incluyen todas las áreas del desarrollo...

- **Lenguaje** – los niños deben tener la habilidad de usar palabras para referirse a las acciones de orinar y defecar.
- **Cognitivo** – los niños deben entender el proceso de ir al baño. Hay tres etapas en la conciencia de las necesidades.

Etapas 1: el niño sabe después de haber mojado o manchado el pañal.

Etapas 2: el niño sabe que se está mojado o manchando en el mismo momento en que lo hace.

Etapas 3: el niño tiene conciencia que su cuerpo le indica la necesidad de ir al baño.

Los niños necesitan pasar de la Etapa 2 a la Etapa 3 antes que los padres comiencen a intentar enseñarle habilidades específicas para ir al baño.

- **Autoayuda** – los niños deben tener la capacidad de ir caminando hasta el baño, bajarse el pantalón y el pañal y sentarse en el inodoro. Los niños pequeños siempre necesitan la supervisión de un adulto en el baño.
- **Emocional** – el niño debe QUERER usar el inodoro. Deben tener el deseo de hacer algo completamente diferente con sus procesos corporales. Generalmente se pasa por alto la preparación emocional durante el proceso de aprendizaje de ir al baño.
- **Motor** – el niño debe tener la habilidad de retener la orina o el excremento hasta llegar al inodoro. Tenga en cuenta que el desarrollo muscular es un proceso interno.

Puntos importantes para recordar

- No intente enseñarle a su hijo a ir al baño cuando suceden eventos estresantes en casa, como la llegada de un nuevo bebé, un cambio en el cuidado del niño o la mudanza a una nueva casa. Asimismo, es importante saber que un niño al que se le enseñó durante meses a ir al baño, tal vez necesite retomar los pañales durante momentos estresantes.
- Está BIEN retomar los pañales cuando el niño se ha hecho encima muchas veces.

- Los padres NO PUEDEN controlar el proceso de aprendizaje para ir al baño por medios positivos o negativos. Premiar al niño con dulces o premios especiales cuando usa el inodoro puede generarle demasiada presión para hacerlo bien. En cambio, dígame: “Hiciste pipí en el inodoro. Debes estar muy orgulloso de ti mismo”.
 - No use ninguna forma de castigo físico o verbal cuando ocurran accidentes yendo al baño. Estas tácticas le causarán estrés al niño, lo cual prolongará todo el proceso y podrá causar problemas médicos al niño.
 - La mayoría de los niños desarrollan la habilidad de ir al baño entre el segundo y el cuarto cumpleaños.
 - Aprender a ir al baño es un proceso. Y como en todo proceso de desarrollo, existirán impulsos de crecimiento seguidos por retrasos o hasta regresiones.
 - El control de esfínteres nocturno podrá o no podrá suceder al mismo tiempo que el control de esfínteres diurno.
 - Mantenga una relación positiva con su hijo durante el proceso de enseñarle a ir al baño.
- El rol de los padres en el proceso de ir al baño...**
- Permanezca neutral y, a la vez, aliente los intereses de su hijo. Ofrezcale opciones cuando y si su hijo quiere usar el inodoro. Por ejemplo, cuando usted note que su hijo comienza a sufrir antes ir al baño, dígame: “Parece que tienes que hacer popó. ¿Quieres hacerlo en el pañal o en el inodoro?” Respete la decisión de su hijo sin cuestionarlo. Un día su hijo optará por usar el inodoro.
 - Converse sobre su plan de la enseñanza para ir al baño con los demás cuidadores de su hijo para promover la regularidad.
 - Hasta que su hijo decida usar el inodoro, permítale seguir usando pañales. Aun cuando los niños a menudo se estresan cuando se hacen en la ropa, es probable que no se los pueda convencer de usar el inodoro para evitar mancharse.
 - Conserve la calma lo más posible y, en caso de tener dificultades para enseñarle a ir al baño, llame a su médico o al departamento de salud de su localidad y solicite un asesor infantil profesional.

Pedir ayuda es una señal de fortaleza.

Libros recomendados:

- Going to the Potty* de Fred Rogers
- It's Potty Time* (video) Duke University
- Uh Oh! Gotta Go!* de Bob McGrath
- Toilet Learning* de Alison Mack (para niños y padres)
- Once Upon a Potty* de Alona Frankel (versiones para él y para ella, con videos)
- Your New Potty* de Joanne Cole
- Sam's Potty* de Barbro Lindgren
- No More Diapers!* de Joae Graham Brooks

Asesoramiento Infantil...Donde las familias encuentran soluciones



Busque aquí más temas o visite nuestra página web en <http://cgp.health.ok.gov>



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades en la prestación de servicios y el empleo.